

281,
Amanasha
Yoga Sāstra

आशा सदासि
2334 I
ASHA ARCHIVES

॥ अ. वृ. ॥
॥ १ ॥

श्रीगणेशायनमः ॥ प्रणाम्येति कोहियकसमयमयमा वामदेवः ऋषिजो ह्यसौ श्रीमहादेवः काचराणामाप्रणामगरिजिवन्मुक्तिदिन्याउपायम
लाश्रयाज्ञाहवसभनिवितिगर्दभया ॥ १ ॥ परं ज्ञानेति ॥ श्रीमहादेवपती ऋषिकावचनमुनिआज्ञागर्हणहेमुनेपरमतत्वज्ञानमैकहंहुमुनजौ
शोडनैमात्रतत्वप्रकाशदुनालेगरिसंपूर्णआसारूपिपाशाकोबंधनकनसजैमाछुइतछन ॥ २ ॥ आधारादिति ॥ कौनभन्याआधारादि
षट्चक्रमापनि सुषुमनाआदिभयाकानादिमापनिप्राणाआदिभयाकाशरीरमापनि परमश्रेष्ठतत्वज्ञानकनरहदै नन ॥ ३ ॥ त

श्रीवामदेवउवाच ॥ प्रणाम्यशिरसारेवंकृतांजलिहमापतिम् ॥ जीवन्मुक्तिप्रदोपायाकथयस्वेतिष्टुच्छति ॥ १ ॥ इश्वरौवाच ॥ परं ज्ञानं
महं वच्मिजेनतत्त्वं प्रकाशते ॥ येनविच्छिद्यतेसर्वपासापाशादिवंधनम् ॥ २ ॥ आधारादिषट्चक्रेषुसुषुम्णादिषुनाडिषुप्राणादि
षुशरैरतत्त्वनतिष्ठति ॥ ३ ॥ तत्रयोगरताकेचित्केचिद्यानपिमोहिताः ॥ जपेनकेचित्कील्येतिनैवज्ञानंतिताटकम् ॥ ४ ॥ नमी
मोमातकंगुगणितसिद्धांतपठनैवदेवैर्देवांस्तस्मिन्नभिधानैरपिनच ॥ नचापिछंदोयाकराकवितालेकृतिमप्येमुनेत
त्वप्राप्तिर्निजगृहमुखादेवविहिता ॥ ५ ॥

॥ त्रयोगेति ॥ नेहिज्ञानकापछिलाग्याका कोहिताध्यानगर्हणभनीभुल्याकाछंकोहिज
पादीपाईछभनीभुल्याकाछनकाराकोइखमात्रहोरकपदार्थकनज्ञानेन ॥ ४ ॥ मिमांसति ॥ मिमांसन्यायगणितसिद्धांतवेदे
दांतधर्मशास्त्रकर्मकारणदृष्टशास्त्रव्याकराकविताअलंकारशास्त्ररूपटनातेतत्त्वपदार्थमिलेन परमतत्वमदुरुविनामिलेन ॥ ५ ॥

॥ एषः ॥
॥ १ ॥

काखायेति ॥ गेरूपंगाश्चत्तपैहिकपाललियेरक्ताउषेलनालेअनेकजईकापाधरावडाउनातेउमत्रवडलाहमैफिर्नालेफप्राकाकपा
धाराणागर्नालेवेदादिधर्मशास्त्रपटनालेकवितामानिपुनदुनालेनागोफिर्नालसभामागलनजात्याभयापनीइसकलजनीकर्ममाला
तिपेटभनीनिमित्तमात्रकाकारादुनपरनुआत्माजान्नाकानिमित्तहोइनभनीवामदेवः ऋषीकनमहादेवः आज्ञागर्हण ॥ ६ ॥ रक्षोपि
ति ॥ रक्षाभयोउच्चाटनभयोमारणाभयोप्रपंचलेपुत्रभयाकोमंत्रशास्त्रसंपूर्णपदार्थकोअभ्यासलेगरिविचित्रभोगमासंमुखमात्रद्वन्ति

काखायत्रांकपालधरां केशावलिमुचनं पाधरावतभस्मचिवरजदाधारित्वमुन्मत्तता ॥ तत्रत्वेतिगमागमादिकवितोगोष्टिसनाभ्यंतरेस
र्वेचादरपरागार्थपठनंनश्रेयसकारणम् ॥ ६ ॥ रक्षाच्चाटनमारणादिकुहेकैर्मंत्रप्रपंचादुमैः खर्वाभ्यासविचित्रभोगकरणाद्यज्ञानभोगप
र ध्यानदेहपदेषुनाडिषुपराशरेषुचेतोभ्रमस्तस्मात्तत्त्वकलेमनोविचरितेत्यक्तामनस्कभज ॥ ७ ॥ अन्येवजगतोभावायचतिष्ठन्त्यनेकधा
तेषुतुल्यक्षरोनापिपरंतत्त्वंनागीयते ॥ ८ ॥

॥ सवैअज्ञानैरुन भूतादिकोभ्यानभोनाडीहरुकाविवेकलेकलेषट्चक्रमात्रात्मायाइच्छभनी
चित्रालेध्यानगर्नुभयोयोयस्तोप्रकारकाकर्मलेतत्त्वयाइच्छभंनुनाभ्रममात्रहोकीनभन्याइसवैमनैलेवनायाकाहुन इनमाकेहिछै
नभनीइनलाइछोडिअमनभैरहनु ॥ अन्यति अरुजगत्संसारमाभयाकाशास्त्रअनेकमुन्नालेपनीनिशास्त्रकाप्रव्याविधा
प्रतेकोटीलाषयुगमायनीतत्त्वयाइन्पाछेन ॥ ८ ॥ अभहमिति आहाहेषिउप्रांतरागादिकनजित्यामनषाकनमेशका

॥ अ. स्क. ॥
॥ २ ॥

निमित्तपरमतत्वज्ञानकहंछुमुन ॥ ८ ॥ यस्मादिति ॥ जस्देविभ्योसंपूर्णोऽयं न कंछुनस्माद्योरह्याकोछपछिन्नाहसवैलयङ्गन्याहसोहिजोपरमश्रेष्ठतत्त्व
कहिन्छु ॥ १० ॥ भावाभावेति ॥ भावरअभाचभंन्याडवेव्यवहारनभयाकीकैलेनाशउत्ततिनभयाकोसंपूर्णसंकल्पभेदापरह्याकोडसैलाइपरमत
त्वकहिन्छु ॥ ११ ॥ अनाकारेति ॥ आकारपनिनभयाको. संपूर्णमापूरोरूपलेरह्याका. यक्रदामानपकिन्याअचलस्थिररह्याकोसंपूर्णोपाधिलेरहि
तमयाकोसंपूर्णकामनाभेदापरह्याको. छभनिजानु ॥ २ ॥ प्रथमेति ॥ प्रथमपृथितत्वदोश्रोजलतत्त्वतेओतेओतेजनज्वचतुर्थवायुतत्वहोभनिजो

अथाहं वमिमोक्षायज्ञानं एगजिनानं राभम् ॥ निष्कलं निप्रपंचयत्परंतत्तदुच्यते ॥ ८ ॥ यस्माडमप्रतेसर्वेयस्मिन्सर्वेप्रतिष्ठितं ॥ यस्मि
न्विलीयतेसर्वमरमेतत्तदुच्यते ॥ १० ॥ भावाभावविनिर्मुक्तं विनाशोत्पत्तिवर्जितम् ॥ सर्वसंकल्पनातीतं परंतत्तदुच्यते ॥ ११ ॥ अनाका
रमविच्छिन्नमग्राह्यमचलं भूतं ॥ सर्वोपाधिविनिर्मुक्तोसर्वकामविवर्जितः ॥ २ ॥ प्रथमं पृथितत्वजलतत्त्वदुतियकं ॥ तेजस्तत्त्वदुति
यस्याद्यायुतत्त्वचतुर्थकम् ॥ ३ ॥ साकाशपंचमंतत्त्वमनषष्टमदिरिजम् ॥ सप्रमंतिममोक्षभाक्जलं योजानायामं ॥ ४ ॥ परंतत्त्वसमा
ख्यातं जन्मबंधविनाशनम् ॥ तस्याभ्यासं प्रवक्षामीत्येन संयायनेलय ॥ ५ ॥

नु ॥ ३ ॥ अकाशेति ॥ पाचौतत्वताआकाशहोछैटोतत्वमनकहिन्छुसातौपरमतत्वजोजांदछुसो. मोक्षमाप्राप्रङ्गन्याङ्गन ॥ ४ ॥ परममिति
हेवामदेवमुनि. जोतिमिलाइकह्याकोपरमतत्वत्योतत्वजानालेगरिजन्ममरणरूपी. बंधनकोविनाशगर्वाछुनेमैकोअभ्यासति
मिलाइफेरिपनिकहंछुजौनअभ्यासगर्नेमात्रतत्वमालयहोइजांछुसोसुन ॥ ५ ॥ ॥ ६ ॥ ॥ ७ ॥ ॥ ८ ॥

॥ राम ॥
॥ २ ॥

विविक्तेति ॥ एकान्तस्थलमागयेरवरोवरभयाकोआशनगरिमुखैलेवसेचौतएफविचारगरिहातप्रमाणादृष्टिषि. शरीरस्थिरगरिसंपूर्ण
विषयमाचिंताछोडीअमनजौनातरहलेऊन्छुसोहितरहलेअभ्यासगर्नु ॥ ६ ॥ सुखासनेति ॥ सुखाशनमावसीतत्वअभ्यासगर्न्यायोगी
जोछुसोसातौतत्वमाआफैप्राप्रङ्गन्या. सदासर्वदाभंनुनिरंतरअभ्यासगयापरमतत्वप्रकाशङ्गन ॥ ७ ॥ कसोअभ्यासगर्नुभन्या.
ब्रह्माराडेति ॥ ब्रह्माडपनीपंचभूतमयराहेछुपरंतु. सर्वपदार्थता. पंचभूतमयभयाकोरहेछुभनीतिअश्वमेगरिजानेरछुछैनभंन्याजोहे

विविक्तदेशेसुखसंतिविष्टसमाशनेकिंचिदुयेत्यपश्चात् ॥ वाङ्मप्रमाणांस्थिरहृकस्थितांगंचिंताविहीनोभ्यसनंकुरु ॥ ६ ॥
सुखाशनेसमासिनेतत्वाभ्यासं समाचरेत् ॥ सदाभ्यासेनतत्कुर्यात्परंतत्त्वप्रकाशयम् ॥ ७ ॥ ब्रह्माराडपंचभूतस्थपंचभूतमपी
तनु ॥ सर्वभूतभयिवेत्त्रित्यक्त्वा नासिति भावयत् ॥ ८ ॥ नकिंचिन्मनसाध्यायत्सर्वचिंताविवर्जितम् ॥ सवाह्यभ्यासं योगीजा
यनेतत्त्वसमुत्प ॥ ९ ॥ तत्त्वस्यसमुत्पत्तेजानेतत्त्वमनस्कंप्रजायते ॥ अमनस्केपिसेजानेचिंतदिविलयोभवेत् ॥ १० ॥

सोभावनगरिजांनुगीतामायनीकह्याकोछ. सर्वभूतानिचात्मानं ॥ ८ ॥ नकिंचिदिति ॥ संपूर्णचिंतादिरहितमयाको. योगीजोछुसोमने
माकेहिध्यानऊदेन. तवतसैलाइभित्रवाहिरभन्यायबहारछोडीतत्वकोसमुत्पहोइजांछु ॥ ९ ॥ तत्वेति ॥ जवतत्वदेषिसमुत्पभयोतव
अमहोइजांछुजाहाअमनऊदेजांछुताहाचिंतादिपनीविलयहोइजांछु ॥ १० ॥ ॥ ६ ॥ ॥ ७ ॥ ॥ ८ ॥ ॥ ९ ॥

॥ अस्तु ॥
॥ ३ ॥

मनेति ॥ उहाप्रोत मनपवनभेत्ता व्यवहारनाशहोइजांछु मनपवनभेत्ता हगया पछि सर्वइन्द्रियका अर्थनाशहुन्छ इन्द्रियको विषयनाश भयापछि
वास्तुज्ञानत्यस्तारुद्धेन ॥ १ ॥ वास्तुज्ञानेति ॥ वाहिरज्ञानको नाश भयापछि न्योसंपूर्ण सम होइजांछु जाहासमभयो ताहाजगत्यावहारहा
इजांछु ॥ २ ॥ पदेति ॥ परमश्रेष्ठपरब्रह्ममावोधभयाको योगीजो छु सोलयमा योग्यहुन्छ सदाश्रम्यासेमारहछु जोनपरमश्रेष्ठभन्याकोलय अवस्थामा प्रा
प्रहुन्छ ॥ ३ ॥ नस्येति ॥ हेजगधीयो मुक्तचित्तभयाकाते स्कोतोभावसात्त्विकजनाले मुखउखसितो छपती हुदै नमर्त्यको जंभनोला विचारमोइ

ममवनयोर्नाशा इन्द्रियार्थविमुञ्चति ॥ इन्द्रियार्थे विनीर्मुक्ते वास्तुज्ञानं न जायते ॥ १ ॥ वास्तुज्ञाने विनये च तत्सर्वसमयो भवेत्
यदा सर्वसमो जातो भवद्यायारवर्जित ॥ २ ॥ परे ब्रह्म नि संवृद्धो योगी प्राप्नोत्यसदा ॥ सदाभ्यासरतानां च यपरो जायते
लयः ॥ ३ ॥ न स्यादकथयितव्यामि लभुणामुक्तचेतस ॥ मुखउखे न जांताती शितोष्मनैव विंदति ॥ ४ ॥ विचारचेन्द्रियार्थानो
न चेष्टाविलयंगत ॥ न च जिवन्मुक्तो वापि न पश्यति न मीलति ॥ ५ ॥ निर्जिवः काष्ठवतिष्ठे ह्ययस्य श्चाभिधीयते ॥ निर्वातस्था
पितो दीपो भासते निश्चलो यथा ॥ ६ ॥

॥ इन्द्रियका चेष्टा जज्ञाको तस्मै देषिन्छ अंतकरणमा भासिदभै रहन्छ ॥ ४ ॥ नवेति ॥

जिउलेछु भनोभन्या विषयमानित्तनगयाको जाघाचिन्त्यापनेदिच्छु जज्जुदेहोनमयाको छु मायाको भन्या अंतकरणमा भासिदभै रहदैज
स्का अंतकरणमा सोछु सो मुक्तभयाको कहाउछु ॥ ५ ॥ निर्जिवेति ॥ निर्वातस्थलमा एष्याको कतिजज्ञातरहले निश्चलनैसो भाषाउ
छु तस्मै जगत्को व्यापारले रहित्तगकोलय अवस्थामा आफै प्राप्तहुन्छु गीतामापनि भन्याको छु निर्वातस्था पितो दीपो ॥ ६ ॥ छ ॥

॥ राम ॥
॥ ३ ॥

यथेति ॥ जगत्का व्यापारदेवी मुक्तभयाको योगी जो छु सोलयमा अवस्थामा पुछु जसै निश्चयभयाको निर्मलभैवल्गावातीको सो भायमान देषि
नु तस्मै वुरुनु ॥ ७ ॥ सदादेति ॥ शब्दादिभयाका विषय मुक्तभयापछि लयअवस्थादेइछु जसै पानिमानुन कर्मसंगपानि नैविलाउछु तस्मै
यमाति नहुन्छ ॥ ८ ॥ चिंतेती ॥ जाहाचित्तविलायो नवपवनपनी लयहुदै जांछु जवपवनको लयेभयाभन्याश्रम्यासमारह्याका योगी
को मनपनि परब्रह्ममय होइजांछु ॥ ९ ॥ लवरोति ॥ जसै नुनजलका समागमले गरि जलमाय होइजांछु तस्मै मनपनी ब्रह्मभेत्ताभा

जगद्वापार निर्मलस्मथा योगीलभंगत ॥ यथावातैर्विनिर्मुक्तो निश्चलो निर्मलोपर ॥ ७ ॥ शब्दादिविरयस्तत्कालयस्थोऽप्यनेकदा
प्रक्षिप्तं लवणं लोयकं मायद्वितीयमे ॥ चित्वादि विलये जाते पवनस्तपो भवेत् ॥ मनोयश्रम्यासयोगेन तद्ब्रह्म रातीयते ॥ ८ ॥
लवणं तोयसंपर्को यथा तोयमयं भवेत् ॥ मनोपि ब्रह्मसंपर्को तथा ब्रह्ममयं भवेत् ॥ ९ ॥ यथाश्वा रमपत्नेन प्राप्नोति लवणं स्वकं ब्रह्मज्ञा
नमयत्नेन निर्वाणं मनसस्तथा ॥ १० ॥ यथा तृथ्विरहितं यत्ने नीते घते यथा ॥ तत्वे लीनस्तथा योगी यथ कर्मावै न विंदति ॥ ११ ॥
निमेषश्चासयलकैर्घटिभिः प्रहरैर्दिनैः ॥ मासेष्ववत्संस्कारैः कालयस्थो यथा रजेन ॥ १२ ॥

मय होइजांछु ॥ ३० ॥ यथेति तस्मै पानिमानुन लितभयापछि नुन देषिदै न पानिकहाउछु मनपनि ब्रह्मकासगल गरि आफै निर्वाणब्रह्म हो
इजांछु ॥ ११ ॥ यत्नेति ॥ जसै घट देषिनि कालिकाको घट फेरिमिलाया भै न देषिदै न तस्मै ब्रह्म देषिनि हत्याको मन आक्रुतत्वपार्यको योगी
भिनपदार्थ देषिदै न ॥ १२ ॥ निमेषेति ॥ निमेषश्चासयलाघटिप्रहरदिनमेकासवत्सरकालले गरि लयमा जो रहने सकु सो पब्रह्ममा जाइजांछु ॥ ३१ ॥

॥ अस्क ॥
॥ ४ ॥

श्वासेति ॥ छत्रिमेष्टको एकश्वासदेष्टुस्वाप्तको एकपलादुष्टु नस्तैसाटीपलाकोयकद्यदीदुष्टुयस्तै तरहलेदिनमहिनावर्षदुष्टुभेन्याकालगति
प्रमाणाकहिदुष्टु ॥ ४ ॥ योगिनि ॥ योगीजो छसो एकनिमेष्टमात्रलयेमाकालगमाउदुष्टु नस्तैसाटीपलाकोयकद्यदीदुष्टुयस्तै तरहलेदिनमहिनावर्षदुष्टुभेन्याकालगति
समाचित्तवारंवारराषनु ॥ ५ ॥ धर्मति ॥ यस्तस्मात्प्रमाणास्वाप्तको एकपलादुष्टु नस्तैसाटीपलाकोयकद्यदीदुष्टुयस्तै तरहलेदिनमहिनावर्षदुष्टुभेन्याकालगति
न्यापनीहोलादात्ताधिमुष्टुयनिहोलादुष्टुनिमेष्टलयमानोजोगीरहला तत्कनयस्तोचरित्रउत्पन्नहोला ॥ ६ ॥ श्वासेति ॥ एकश्वासलयय

स्वाप्तोच्छ्वासमात्मकप्राणावद्वायुयलस्मृते ॥ परेषष्टिभिरेयस्याद्यटिकाकालसंयिता ॥ ४ ॥ योगीनीमेष्टमात्रेणालयेन
लभनेष्टु ॥ स्पृष्टनं परतत्त्वस्यादुष्टुनचपुनपुन ॥ ५ ॥ मर्द्यशांतिप्रज्ञायनयुद्धनिद्राचर्छेता ॥ निमिषषट्कमात्रेणालयेनिष्टाच
योगीनि ॥ ६ ॥ श्वासमात्रलयेनापितेनप्राणादिवायव ॥ श्वासप्रवाहसंवेधत्त्वत्त्वस्थानेवहेतिने ॥ ७ ॥ श्वासद्वयलयेनापिक
मेवातादिवायव ॥ निवर्त्तनेचश्वात्तावेधं कृत्वेतिधातवः ॥ ८ ॥ चतुश्वासलयेनापिसप्तधातुगतारमा ॥ समं पुष्टिप्रकृत्वेतिधातु
नोसमवायेवः ॥ ९ ॥ छिप्राणादिवायुहसवैसूक्ष्मनाकासंवेधले गरिआक्ताभाक्ताठाउपाइवहनलाग्न ॥ १० ॥ श्वासेति ॥ इदं श्वास
लयदुष्टुनालेगरिकनकुर्मादिभयाकावायुहसकिर्दुष्टुनधातुकारसवीजपनीवेदगर्नसकदुष्टुन ॥ ११ ॥ चतुश्वासेति ॥ चारश्वासलयेभ
यापद्धिमप्रधानमाख्याकारस्वरोवरगारिसंशर्गा धातुकनपुष्टादुष्टुगर्नसकदुष्टुन ॥ १२ ॥ ॥ ४ ॥ ॥ ४ ॥ ॥ ४ ॥

॥ राम ॥
॥ ४ ॥

लयनेती ॥ एकपलामात्रलयेभयापद्धिआसनदेष्टुउठतादेष्टिवैनश्वासउच्छ्वासपनिहेर्नुविस्मयनीथोरैभयाकादुष्टु ॥ ४ ॥ पलद्वयेति ॥
इदं पलालयेमारहनसक्या ॥ इदं यनाडीचल्मलाइअनाहतशब्दमुनिनलायदुष्टुतेसैमाचित्तकोविलासापु ॥ ५ ॥ चतुष्पलेति ॥ चारपला
प्रमाणालेगरिलयअवस्थाकोजोअनुभवगर्दुष्टुतत्त्वाइअकस्मात् ॥ अंतकरणादेष्टिशब्दकोभुभाभुभजान्यादुष्टु ॥ ६ ॥ पलादुष्टुकेति ॥
आठपलाललयदुष्टुनसक्या तत्कोसंपूर्णकामनामानिवृत्तिदुष्टुअतीसुदयवतिकामिनिनिलेअनुरागगरिकनआलिंगनगर्न

लयेनपलमात्रेणआशनस्थोनविद्यते ॥ स्वल्पस्वाप्तोभवेष्टोगीस्वलोन्मेष्टलयस्तथा ॥ ४ ॥ पलद्वयलयमापि ॥ इद्राश्रा
चलनेभवेत् ॥ अनाहतसंविज्ञयोतत्रैवतभ्यसेमान ॥ ५ ॥ चतुष्पलप्रमाणोनलयेनानुभवोभवेत् ॥ अकस्मान्निपतत्यवश
वस्थातेभुभाभुभम् ॥ ६ ॥ पलादुष्टुकलयेनापिकामीस्तस्यविवर्त्तते ॥ कदापिनैवजायेतकोमिन्यालिङ्गितस्यच ॥ ७ ॥ कला
पादलयेनापिसूक्ष्मणामार्गवादिनि ॥ तदापश्चिममार्गारा तस्यभोगेनगदुष्टुति ॥ ८ ॥ पटिकाद्वयलयेनापि ॥ शक्तिकराडति
नियता ॥ मनोवातनिरोधेनजागर्त्याधारसंस्थिता ॥ ९ ॥ ॥ आयापनिकाप्रज्ञादेनत् ॥ ३ ॥ पलापेन्द्रद्वयेति ॥ पंचपलालयदुष्टु
मासुष्माणानादिजोदुष्टुतोआर्कैवारालेगरिवहनलायदुष्टुन ॥ तस्ममयमाउधोकोवायलेगरियाइत्याभोगमा तस्कोइच्छाजादै
न ॥ ४ ॥ पटिकाद्वयेति ॥ आधाद्यडीको ॥ तिसपलालयदुष्टुनालेगरिशक्तिकराडतिचल्मलाइउठदुष्टुकिनजाग्नलाग्याकाभनौलान ॥ म
नयवनकोउद्धाद्वेगतिनिरोधदुष्टुनालेआर्कैजायदुष्टुन ॥ ५ ॥

अस्क
॥५॥

कलाद्येति॥ कलामात्रयेज्जनालेपनिशक्तीकुंरलीभतिनिश्चयलेगीचलनालेजायद्वेउंघोउंभो कामार्गवाटगतिलेनिरोधज्जनालेजायद्वे ६ चतुष्कले
ति॥ चारकलालयारहलसकाप्रानतिद्राहासउदोजाछ॥ नेस्तालेतेजकोविडफिलेगाजस्तोदेधनलायद्वे॥७॥ वाशराधेति॥ येकदिनकोआधा
दिनलयेज्जनालेपनिआत्माज्योतिप्रकाशज्जन्तुजसैसूर्यकाकिरणालेगारिसंसारकनप्रकासगर्हन्तैयोगीपनीजगत्यत्तरहेछभनि प्रका
शमानभैरहेछ॥८॥ दिनमात्रेति॥ यकदिनलयेज्जनालेआत्मतत्त्वप्रकाशज्जन्तुतत्त्वप्रकाशज्जनालेमंरुगीशन्दियको विस्तारवस्त्राण्डआकुंजंछ

कलामात्रलयेनापि॥ शक्तिसंचलतेध्रुवम् उर्ध्वयश्चिममार्गेनवातरोधेनजायति॥६॥ चतुष्कलानमेनामीतिआभावेविवर्जिते हृदिस्फु
ल्लिगवद्योगीतेजोविडप्रपश्यति॥७॥ वाशराधेति॥ लयेनापिस्वात्मज्योतिप्रकाशते॥ सूर्येगोभिरिवोदिवोदिप्रोगीविश्वप्रकाशते
॥८॥ दिनमात्रलयेनापिस्वात्मतत्त्वप्रकाशते॥ इन्द्रियज्ञानविस्तारो॥ ब्रह्माण्डेप्यसजायते॥ अहोरात्रद्वयनापिलयानंदसममूर्ति
ता॥ दुरादपिरसेवेन्नियोगीसंकल्पवर्जित॥२॥ अहोरात्रलयनापियोगीचस्वासनेस्थित॥ चित्रवृत्तिनिरोधेन॥ गंधाजानातिह
इत॥१॥ अहोरात्रतयेनापिलयानंदस्ययोगीन॥ दुरादर्शनविज्ञानंस्वभावेनोववर्जिते॥३॥

पद्मनालेपनीआफ्नाआसमावस्याकोजोगीजोछचित्तवृत्तिनिरोधनमाकोछदो॥ उरसंमको॥ समाचारजो न्याज्जन्तु॥१॥ अहोरात्रद्वयेति॥५॥
अहोरात्रीलयेरुपिआनेदलेमूर्च्छापाउरोयोगीजोछसंकल्पनभयाकोज्जनाले॥ यद्वैदेधीरसको॥ स्पष्टोस्वादजो न्याज्जन्तु॥२॥ अहोरात्रये
ति॥ तिनअहोरात्रलयमाआनेभयाकोयोगीजोछसोसंकल्पविलयनभयाकोज्जनाले॥ इरैदेषियत्तोहोयत्तोभयोभनिआसनेमावसीषवरकनजो

राम॥
॥५॥

॥५॥

वेदेति॥ वेदशास्त्रानानातरहकापरागाहकतासामान्यवेस्याहज्जसैजोनुकिनभन्यायकैशांभविभन्याकिमुद्धाना॥ चशकुलकिबुहा
रिरेसवैशाश्रमागुप्तभैरसाकीछदा॥ मुद्रावशोकहाउछ॥९॥ अंजनक्षरामिति॥ न्योमूद्राकलोछमनोलात॥ अंतकारामालक्ष
राज्ञानदृष्टिभयाकिछवाहीरकापनीआधाकापनीआधाभयाकाछहेनुचिस्त्रनुजो॥ न्योरहितछयसैलाइशांभविमूद्राभनि
जांनुयहीमुद्रासर्वशास्त्रमागुप्तभयाकिछ॥१०॥ योमूद्राकलोजान्माकोछभनोलाहेमनेआदिशक्तिपार्वतिज्जनाले॥ पहिलेका

वेदशास्त्रपुराणादिसामान्यगणिकाइव॥ एकेवशांभवीविद्यागुप्ताकुलवध्रुवि॥९॥ अतलक्ष्मेर्वाहिदृष्टिनिमेमोन्मषव
र्जित॥ एषादिशांभविमूद्रासर्वशास्त्रेयुगोपिता॥१०॥ आदिशक्तिरुमाचैषामनोलध्ववतिपुरा॥ अधुनाजन्मसंस्करा
तमेकोलध्ववानसि॥१॥ गुह्यादुह्यताविद्यानेदशानस्यकस्यचित्॥ यतज्ञानवसेयत्रशदेशपुरापभाजन॥२॥ द
शानात्यशोउछिनसंकल्पो॥ निशेषाशेषचेष्टित॥ स्वावगंम्योलयकोपिजधनांवागगोचर॥३॥

मूद्राकनपाउदिभइन्॥ अहिलेसर्वजन्मकासंसारलेगरिकननिमिलेपायो॥ तिमिउइवाहेकअरूलेपायाकोछेन॥१॥ गुह्य
गुह्यभंदाअतिगुह्यभयाकायोविद्याकसैलाइनदिनुतानिभक्तलाइमात्रदिनुयोज्ञानभयाकायोगीजोनदेशमारहलासोद
दर्शतपनिपुरापकोभडोभनीकखाकोछ॥२॥ योज्ञानभयाकापुरुष॥ दर्शनयज्ञानगर्वालेगरियकाइसकुलसमकोअज्ञानियनिमुक्ति
पदपाउछन॥ नेहिज्ञानमालाग्याकोतामहात्मावडोइन्छ॥३॥

॥ अस्क ॥
॥ १० ॥

पदत्वेवेति पहिलयकालक्षणात्कोहिबुद्धिमानज्ञानिहरुतपरवलभन्याकोनेहिहोभंछन सोहिवातकोबोभअनुभवगरिकुहन्वा
तयोशंसार माडर्भछ ॥४॥ विदमिति कोहिवेदांतउपनिषत्तो न्याज्ञानिहरुतशास्त्रदृष्टीलेअमानकोभाववताउछन ॥५॥ उरकांत
शिष्यादिकनउपदेशपनिगर्हनापनीआ फुअनुभवतानिस्कि सकेंनन ॥५॥ विज्ञापतेति जानातरहकायोगशास्त्रअनेकगुरुह
रूकापतजानि योस्वावबोधभयाको गुरुका मुखदेखीजोनवितिके तसैक्षराप्रतिनिहोइजोछ ॥६॥ संकल्येति संकल्यसमगरिअनाय

वदत्वेवपरवलबुद्धिसंतोहिस्वरय ॥ सर्वबाधकलालायकुशलाडलेभाभुवि ॥४॥ विदत्तेनात्मनोभावेवेदांतोपनिषदिद
रहस्यरूपदिष्टानिस्वयंनानुभवेतिने ॥५॥ विज्ञाययोगशास्त्राणिनानागुरुमतानिच ॥ निवधःस्वावबोधोयंसयप्रत्यय
कारक ॥६॥ संकल्यसमनस्कंच सायामंचसदात्यज ॥ निष्कलंनिर्मनस्कचनिरायासंसदाभज ॥७॥ दुग्धांभुवत्संमि
लितौसदैवतुल्यक्रियोमानसमारुतोच ॥ यावन्मनस्तत्रमरुत्यवृत्तिर्तावत्मरुच्चापिमनःप्रवृत्ति ॥८॥ तत्रैवनाशादप
परस्पनाशदएक प्रवृत्तेपरप्रवृत्ति ॥ अथस्तयोरिन्द्रियवर्गद्विर्विध्वंसयोर्मोक्षपदस्यसिद्धि ॥९॥

स्वच्छाडीसंकल्पभयाकोअनायासकननजोन्यालेसधैभजनगर्त ॥७॥ दुग्धामिति कस्तोअकस्तोअनायासभन्याडदरपातिरैएके
अंगभौमित्याकायकेकामगर्भाभयाकामनरवायुउवैजोछ सोताजवमतमावायुप्रवृत्तिरुछतरेवायुपनिमनमाप्रवृत्तिभैरहछ ॥८॥
बत्रके ॥ तिउवैमनरवायुमायककोनाशभयापछिअर्काकोपनीनाशइछएककोप्रवृत्तिभयोभन्या अर्काकोपतिप्रवृत्तिइछतिउवै
लाइवढायाइन्द्रियपनिवढदछन तिउवैकोध्वस्तभैएकभयोभन्यामोक्षपदकोसिद्धिइछ ॥९॥

॥ एम ॥
॥ १० ॥

तत्राप्यति ॥ उवैप्रापनीवायुकोनाशताछ अंगभयाकायोगकोअभ्यासवेपनिवायुकोनाशतासाध्यछ गुरुकोप्रशाद्विनामनकेसाध्यके
नमनकेसाध्यतागुरुकोप्रशादलेपनीनिमेषमात्रससाध्यभनोननु ॥१०॥ तस्यात्मनेति तस्मात्मूलकारणअमनकोअभ्यासग
नुपैलेमनकोनाशगर्तजोननमकोनाशइदेमा वायुकोनाशहोइजोछ मानयोनाशभयापछिबुद्धिन्द्रियदेहादिनाशजनुजोहोअ
द्वैतुद्धिहोनेतिभयापछिअद्वैतयोभनिजानु ॥११॥ जित्वेति इरुका मूलभयाकोअनेकतरहकोउपायवडाकष्टलआफ्राशरिर

तत्राप्यसाध्य पवनस्पनाशअष्टीगयोगादिनिषेवरोन ॥ मनोविनासस्क गुरुप्रशादविमेषमात्रेणससाध्यसव ॥१०॥
तस्मात्मनोनाशयतेमानका ॥ येनाशतो नश्नित्वायु रथे ॥ तस्मात्त्वबुद्धिन्द्रियदेहनाशान्तथैवबुद्धिः सहजस्थितस्य ॥११॥ जित्वावा
युविबिधकरणोक्तेशमूलैकथंचित्कृतनिजतनुगताशेषेनमडिप्रचारात् ॥ अथद्वेयापरपुण्यति साध्यित्वापिन्तनंविज्ञानेपिथ
शनमुपिनोनास्ति तत्त्वस्यसिद्धि ॥२॥ केचित्मन्त्रेपिवेति स्वमलमथतनोकोचिद्वज्जितिलालकेचित्काष्टाप्रविष्टाप्रवृत्तिभवतदि
दुमर्द्धनयेति केचित्वादतिधातुनखिलनुसिरावायुसंचारदक्षा नैनेषादेहमिद्धिर्विगमनिजमनोराजयोगादतेस्यात् ॥३॥

मारस्याका संप्रर्णनाडिकनयत्तलेगरिप्रचारगागरायेर ॥ अथद्वाले सहितभयाका पराङ्कीकायमाप्रवेशगर्तितनकन तत्त्वकोसिद्धि
केलेह्याछेन ॥२॥ केचिदिति कोहितायोरमतलिआफुमलमत्रपाणागर्हन कोहितानेतिबोतिगर्दोकफलानिकास्छन कोहिताआडम
स्वडोवाधि प्रतिष्ठायोन्दछन कोहियवतिकाभगमालिगहालिविंठकनउभोषेचछन कोहिताधानुघान्याछन कोहितासंप्रर्णशरिर

॥ अस्तु ॥
॥ १११ ॥

कानशासोधिवायूकनउभोलैजानामातत्परगर्हसंपूर्णकामसायुक्तछन्नप्रतिहनहकनदेहकोकैवल्यसिद्धिपाउदेनमृत्योताभ
मननभैकनऊदेनअमंत्राजयोगविनाऊदेन॥३॥ कोहितातर्कन्यायशास्त्रकोवितर्कभ्रंशकारलेवद्याकाछनकोहितातातरह
कोमौनिदाजधारणाभयाकाध्यानैलेहोलाभनिध्यानमात्राकुलव्याकुलभयाकाछनप्रायवद्वधामनुष्यकालहास्यमुर्धभयाकाछदाना
नातर्हकाविकारलेयुक्तभयाकादेविच्छपरनुनिर्वीकारभयाकोजोसहजानंदमात्रभयाकोयकपनीएधिमछैनन॥४॥ कोहितायेकदाध्या
रागछनकोहितामगानपवनकायकोनियग्रहगर्हविदरिहकहाउछेकोहितावरोजयधारिसंपूर्णविभूतिधारणागर्हकोहिकपाललिङ्ग

केचित्तर्कचित्तर्कवितर्ककर्कशधियोहंकारद्वेषधृताकेचिज्जातिजडाननामतिगतिघानादिकर्माकुला॥ प्रायप्राप्तिगुणावि
मूढमनसो नानाविकारान्वितादृश्यतेनहिनिर्विकारसहजानंदैकभावोभूवि॥४॥ एकदण्डस्त्रिरणद्विजयभस्मादिकंतथा॥ क
शर्मचननग्रन्थरक्तचिवरधारणाम्॥५॥ उन्मत्तत्वमभोज्यान्वपानपाषाणद्वृतिता॥ रत्नादिलिग्रगरातानादगंशनदर्शनम्॥६॥

स्वरभैफिदछनकोहितागेरुवायेहिहाइजालमछन॥५॥ कोहिवडलाजलाभयाकाछनकोहिनद्याहोलाभनीनधानाकोहितामप्रधानग
त्यापाषाणहस्तीभयाकाहस्ताइत्यादिचिरुलियाका नानातरहकादर्शनभयाकोदेविच्छपरनुमाइनकोहैछिन॥६॥ स्वात्मबोधत्वांउनभयाका
योगीतउदामिनभयाकासदाव्यवसायवोधकोअभ्यासभयाका कौनैदर्शनकनितनाकोइछानभयाका तीकनजोनभवस्थाआयोउसै
मासनुष्टभयाकाऊछन॥७॥ सदासर्वदानेवकोएकोएकायतातत्तेनानातरहकासिद्धयप्रादिआशनहूरूपनितलैअतकरा

राम
॥ १११ ॥

पतेचग्रंथशतैरपि॥ संकल्पमूलव्यापारविचित्राशास्त्रेसमाजुद

कामनसुवापनियोगीहूरुकाउपयोगकानिमितऊदेन॥८॥ अहंकारलेयुक्तभैनानातरहकासास्त्रजांदछौभनीरद्व्याशयेग्रंथलेपनीउप
देशबोधगर्ननजोन्याग्रंथलेगरिकाऊछउपदेशैग्रंथकोमतभंदासाध्यछभनिजानु॥९॥ संकल्पमूलभयाकाध्यानादिशास्त्रऊनालेचित्रैलेव
न्याकोछवडाडुखलेपनीआफुलेइक्षागरियाकास्थानमित्दैनन॥१०॥ वेदान्तलेन्यायशास्त्रलेअगमशास्त्रलेअनेकतरहकाविधानजो

उत्पन्नस्वात्मबोधस्य सुदासिनस्यसर्वदा॥ सराम्यासरतस्यैतेनैकत्रायुजयजते॥७॥ सदादृष्टिविशेषश्रविविधान्यासनानिच॥ अ
नकरणाभावाश्च योगीनोतोषयोनोययोगिन॥८॥ अहंकारहताकेचिइत्याशास्त्रसमुच्चयउपदेशनजानतिक्लेशेनापिना
विंदतिप्राप्तवस्थानमिप्सिते॥९॥ वेदान्तकोक्तिभिरागमैअनानाविधैशास्त्रकदंबकैश्च॥ ध्यानादिभिसत्कारोर्नगंभ्यंची
नामणिखंकागुरुविहांघ॥१०॥ नस्मान्नूनसकलविषयानिकलाध्यात्मयोगाद्यायोनाशस्तदनुमनसस्तदिनाशाचमोक्ष
स्याच्चेदेवसहजममलेनिर्विकारेनिरीहंज्ञात्वात्तंकुरुतकुशलापूर्वमेवामनस्के॥११॥

न्याशास्त्रलेअनेकतरहकाध्यानदिलेअनेकतरहकाधर्मज्ञानालेपनीचित्राकोमणिभयाकोआत्मज्ञानतासऊरुदेविचित्रिरिक्तजहल
ऊअस्तलेभनियुगेत॥१२॥ तस्मान्हेनांन्याहोभनिहाजउठाइआज्ञागर्हन्तस्मात्कारणनिश्चयनेगरिसंपूर्णमनपवकायलेगरिफलाभिसंधान
नलेहेतभयाकोअध्यात्मिकध्यानयोगलेगरिप्रथममनकोनाशगर्नुंरयछीकियुआफेनाशऊन॥ तीडवेकानाशमयायछीमोक्षऊनऊनव
निउछेकोमोक्षभयोभवासहजनिर्मलभयाकोविकारनभयाकोइछालेहिभयाकोयस्ताकोहियदार्थजानाकानिमित्तपहिलेमनैनाशगनीकोय

पतंगर्ह॥ २ ॥

॥ अस्क ॥
॥ १२ ॥

अभास्तमिती ॥ देरै कालताया व्याधिको कारणाभयाको अतिकठीनले पुत्रभयाको यस्तो प्राणायाम कोलहरगनलिगरिवडाउखले जितिन सकनुइ
खाकाया निभया को यस्तो वायुजित्नाले क्याङ्छ जसै कारणा भेछन् त्यो अमनउदयभयोभन्या तसै क्षरामा अतिबलवान वायुना सहोइ जांछ
नेहिलानउदयकानि मित्रवारम्हारसकै सहजस्वभाव ले निर्मलभयाका गुरुको सेवा गर्छन् ॥ ३ ॥ गुरु रिति तस्मात् गुरुबला विष्णु महेश्वर
रयनी गुरुकहाउछ नगुरुवाहेक दोभ्रोड लोदेनताको हिछैन जसै कारणा गुरुको पुजा भयो सेवा भयो वारंवार यत्तु गुरुदेवी व्यातिरिक्त भ

अभ्यस्तौ किमुदिर्घकालममलै व्याधिप्रदैर्दृष्टै प्राणायामशतैरणोक करणौइ स्वात्मकै दुर्जयै यस्मिन् भुते विनश्य भवलिवायुस्य
तत्क्षरणायाप्येतसहजैस्वभावमतिशंसोवध्वमेकं गुरु ॥ १ ॥ गुरुस्वस्या गुरुर्विष्णु गुरुर्देवो महेश्वरो गुरुर्देवात्परं नास्ति तस्मात्संभूज
ये सदा ॥ ४ ॥ दृष्टिस्थिराय स्पृश्यानि मेघाद्वयस्थिरो यस्य विनामिरो घानचित्रस्थिरं यस्य विनाबले वात्स्येव योगी स गुरु स
सेव्य ॥ ५ ॥ अमनस्क सुशिष्येष्ट संक्रामेन्द्रियं सुखं निवारयंते ते वंशाग्रवो न्यप्रतारका ॥ ६ ॥

रुको हिछैन ॥ ४ ॥ जस्को तानि मेघविना नेत्रस्थिर भैरहन्छन् जस्को निरोधादिकर्म नगरिक नवायुस्थिर रहन्छ जस्को नाअलंवन पदार्थ न
भैकन मनस्थिर भयाको छ सो हियोगी गुरु सो हिसेवा गर्नु जो ग्यछ ॥ ५ ॥ अभनपदार्थ वढी या शिष्य मा योजन गरामे र आक्रपति इन्द्रिय देयि
भयाका जो सुखन् तन्को निवारण गरी जो रहन्छ सो प्राणायाम गनी का योग्य भयाका गुरु हुन् अरु गुरुना सिष्य साक्षात्कृत न्या
हुन् भनि जानु ॥ ६ ॥ ६ ॥

॥ राम ॥
॥ १२ ॥

उनी गुरुले देखायाका तत्त्वले गरिकन शिष्य पनित सै क्षरामा तत्त्वमय होइ जांछ तत्त्वमये भयाको छ दो आत्मा कन दे प्रवितिकै मूक्त होइ जांछ य
स्मासं देह छैन ॥ ७ ॥ जसै सिद्ध भयाको रसको पशंङ्गनाले गरिता वो सुख रा होइ जांछ नले गुरुका उपदेश सुनै विनीकै शिष्य पनित त्वमय हो
इ जांछ ॥ ८ ॥ तसै कारणाले ताहा वढी या तरहले गुरुको उपासना सेवा गर्ना कन सजै मानत पारुन्छ तो तत्त्व पाइ कन पवि कनी प्रया
सन गरि वारंवार तत्त्व भासमानि रंर रहनु ॥ ९ ॥ काहा असगर्नु भन्या मानिस नभयाका येका तस्थि छनार पवित्र भयाको जागवि

गुरुणा दर्शिते तत्त्वे तत्क्षरणात् तन्मयो भवेत् विमुक्तं मन्यातात्मानं मुच्यते नात्र संशय ॥ १ ॥ यथास्थिद्वरसस्पर्शान्नां भवे
ति चकोचनम् ॥ गुरुपदेशाश्रवणासिष्यतत्त्वमयस्तथा ॥ २ ॥ तस्मानुपासनात् संसृक्तहजं प्राप्यते गो आनायासेन स
ततमात्मा भ्यासरतो भवेत् ॥ ३ ॥ विविक्ते विजने देशे पवित्रेति मनोहरे समाशने सुखासीनश्चात्किश्चित्समाश्रमेन ॥ ४ ॥ सुख
स्थापितसर्वीगसुस्थिरात्मा सुनिश्चल ॥ बाहुबुद्धिप्रमाणेन कृतदृष्टि समभ्यसेत् ॥ ५ ॥ शिथिलीकृतसर्वांग आनखाग्रशि
खाग्रत ॥ सवाह्याभ्यां तरे सर्वविनाचेष्टा विवर्जित ॥ ६ ॥ चारगरि अति सुंदर भयाका ठाउमा वरोवर भयाको आसन वि
क्ष्पाइ थोरै अंनदिक को आश्रय पनी राखनु स्थिर हुन्छ ॥ ५ ॥ सुषुप्तवका सर्वांग राप्नु आत्मपनि स्थिर गरि राप्नु निश्चल भै रहि पकहा
त प्रमाणाने त्रको संचार राधिन त्वको सन्मुख भै अभ्यास गर्नु ॥ १ ॥ कसो गरि भन्या नषदेयि शिखा संस सर्वांग शिस्थित गराइ वा
हि को पनी अभ्यास र भित्रको पनी चित्र चेष्टा सब छोडी उदासिन भै रहनु ॥ २ ॥

॥ अ. स्क. ॥
॥ १३ ॥

जव उदासिन भयो भया तव आफै तत्व प्रकाश रुद्ध आफै प्रकाश भया को तत्व ले गरि आनंद भै आत्मा तस वषट्मा देष न्या हो इजांछ ॥ ३ ॥ स्वा
त्माने रमाशनु भया का साधु जो छ सो सदा तत्वाभ्यास मार रुद्ध सदा सर्वदा अभ्यासमा स्थिर भयो भया पछि न हला इविधि पनिचा
ही देन त्यो अभ्यास का कर्म पनी चाहि देन ॥ ४ ॥ त्यस्तो भया को त्यो योगी जो छ सो चिंतारहित भै उदासिन केहि चीं तान भया का रुना
ने आफै परमत तत्व को प्रकाश रुद्ध ॥ ५ ॥ स्वयं तत्व प्रकाश भया पछि तसै क्षणमा तन्मये रुद्ध त्यो तत्व का लोछ भनौ लान हे मुने त

यदा भवे उदासिन सदा तत्वं प्रकाशने ॥ स्वयं प्रकाशने तत्वे भवानंदन तत्क्षणात्मवेत ॥ ३ ॥ आनंदेन वसंतु सदा भ्यासा
तो भवेत् ॥ सदा भ्यासे स्थिरी भूते न विधि नैव चक्रम ॥ ४ ॥ न किंचित् त्विदं यगी ओदासीन्यपरो भवेत् न किंचित् त्विदं
नादे च स्वयं तत्त्व प्रकाशने ॥ ५ ॥ स्वयं प्रकाशने तत्वे तत्क्षणात् तन्मयो भवेत् ॥ इदं तदिति तत्तुं गुरुणा पिन सक्तने ॥ ६ ॥ वा
वायन काय संक्षोभं प्रयत्नेन विवर्जयेत् ॥ दिशा चित्रमिवात्मानं सुस्थिरं धारयेत्तदा ॥ ७ ॥ यावत्प्रयत्ने लेशो स्मितावसं
त्स कल्प कल्पना ग्रहं त्वो मिति संप्राप्तिः सावत्तत्त्वस्य का कथा ॥ ८ ॥ ओदासिन्या मनी येन वर्द्धमानेन योगिनाम् ॥ उन्मूलि
त मनो न्मूलो जगद्दृष्टः पतिष्यति ॥ ९ ॥ त्वभ्यासो ऐहो भनी जानु न गुरुपनी सक्ते नति पिहामिका सक्ते ला ॥ १० ॥ मनवचन शरि
र को शो भद्रुता वडा या तत्व ले गरि छोडि दिनु दिशा नै चित्र कार नै स्थिर भै धारणा गर्नु ॥ ११ ॥ जाहा संम के हिय तत्व को लेशा रुद्ध ता हा
संम संकल्प अंभ भ्या वासनार हूछ अंभ भ्या वासनार हो भया तत्व को प्रात के ह्ये पनी रुद्धा छैन ॥ १२ ॥ ओदासिति अमृत पिह न वडा का

॥ राम ॥
॥ १३ ॥

जोगी जो छ सो हि इत्यं न भै मन को जग उषे लिछ रन त्व संसार रूपि रुष सहजै माटा लुद्ध ॥ १ ॥ सदा जाग्रदनेति संसार दृष्ट दृष्टा प्रांनु
कलो रुद्ध भनौ लान सदा सर्वदा जाग्रदा अवस्था माप निश्च प्रावस्था मै मां दृष्ट परेत आस रहि न थोरि भया को रुद्ध तत्तु लाइ निश्च ये मुक्त भया को
छ भनि जान ॥ २ ॥ स्वप्नेति स्वप्न जाग्रदवस्था माप निश्च प्रावस्था मै मां दृष्ट परेत आस रहि न थोरि भया को रुद्ध तत्तु लाइ निश्च ये मुक्त भया को
भया को जोगी रुद्ध को ता जाग्या काय निद्रा देन नुन्या काय निद्रा देन न निद्रा जाग्रत यो डवै अवस्थाले रहित छ भनि जान ॥ ३ ॥ स्वप्नेति इवै अवस्थान भ

सदा जाग्रदवस्थायां स्वप्न प्रवश्यो वनिष्यते ॥ निस्वाप्नो ह्यसहि ननु निश्चिन्तं मुक्त एव स ॥ ६० ॥ स्वप्न जागरणोपेतो जंतु वीज गतिं
गता योगी न तत्त्व संपन्ना जाग्रति न सेरने ॥ १ ॥ स्वप्न चिदंत भूत त्व जागरे विषये ग्रहे स्वप्न जागरणानि तत्तु तत्तु विदुर्ब्रह्मा
॥ २ ॥ भावाभावं द्योतितां स्वप्न जागरणानि तत्तु तत्तु विदुर्ब्रह्मा ॥ ३ ॥ निद्रा दो जागरणानि तत्तु तत्तु विदुर्ब्रह्मा ॥ ४ ॥ भावाभावेति भाव अभाव दे विजति न भया
ते भावं भाव योगी न निश्चितं मुक्त एव स ॥ ५ ॥ यथा सुप्रोथित वस चित्त विषया त्वनियमाने तागर्ते वत त्यो योगी योग निद्रा क्षम तदा

या को को न अवस्था को रुद्ध भनौ लान स्वप्न प्रावस्था मा वित्त काश रुद्ध रभं न्न स्रो रुद्ध जाग्रदवस्था मा नाना तर ह का विषय ते युक्त रुद्ध
ति स्वप्न प्रावस्था जाग्रदावस्था मंदा पर रसा का रुना ले तत्व भनि जान्या बुद्धि मान हरु भं छन ॥ २ ॥ भावाभावेति भाव अभाव दे विजति न भया
को स्वप्न जाग्रदवस्था पर रसा को मनु जी वन दे विमुक्त भया को जो हो सो जा न्या बुद्धि मान हरु तत्व भनि जानौ लारुं छन ॥ ३ ॥ निद्रा देति ते पति रागो
गरि तत्व को स्वरूप वही न भनौ ला ततिद्रा का आदि मा जाग्रदवस्था अं त्पमा जसो प्रकृति रुद्ध सो भावना कन जा न्या योगी जो छ सो मुक्त भनि जान डवै

॥ अस्क ॥
॥ १४ ॥

अवस्था को संधा जाग्रत अवस्था मारुका को विषय वा सवा छुछो को निद्रा अवस्था अज्ञान प्राप्रभया को जो आवस्था हो सो हित न हो भनि जानु ॥ ४ ॥
जलै सुता उठी मनुष्ये ला विषय प्राप्रहो र जो छुत तै योगी पनियोग निद्रा माप या को योग निद्रा कन नाश भया मा डन कन विवेक ज्ञान होई जाछ ॥ ५ ॥
संपूर्ण जगमा वसा को ज्ञान दृष्टि जो छु सो हलौ एकातिर ऊन्छ रुप भनत्व देषु भनि हे दो छु आत्म ले आत्मे का दर्शन गर्दछ ॥ ६ ॥ पहिले तत्व ज्ञान
नमा प्रवृत्ति भया के दृष्टि जो छु सो जाहा तर हरे के हिकाल माता ताहि स्थिर होई जाछ स्थिर भया को छु दो हलौ हलौ न्द्रा हि सात होई जाई जाछ ॥ ७ ॥
वलात्कार ले गरि संकल्प दियर परा को लहर तस्को नाश गर्न निमित्त बार बार साधन चित्र गरी परम नत्व मा अलव नगरी तस्को संचय

सर्वतो भाविता दृष्टि प्रत्यक् भूता स नैशनै ॥ परं नत्व मना दर्शयिष्यान्मा न मात्मना ॥ ६ ॥ प्रथमं निस्तृता दृष्टि संगमयत्र कुत्रचि
त ॥ स्थिरं भूता च तत्रैव विनश्यति शनौशनौ ॥ ७ ॥ प्रसंख्य संकल्प परं परागा मुक्ते दनेत तसं ध्वनानां भालवमाना दय चित्र माय
शनौशनौ शान्ति मुयेति दृष्टि ॥ ८ ॥ यथा यथा सदा भ्या सात्मन स स्थिरता भवेत् वायु वा काय दृष्टि ना स्थिरता च नथनुथा ॥ ९ ॥
दृश्यं पश्यति येन स त्वियकर आवातथा शृणोतौ ॥ दृष्टैत रप पद शत च पद विप्रा प्रस्य योगी न घ्रात व्यं परिजा प्रतोथ वदतौ
ध्वयं दृष्टा ध्यायनेषु शृणु च स्मृशतौ गिरिधने शिष्यं प्रस्थं मनो ज्ञा क्रमा ॥ १० ॥

॥ गरी अज्ञान दृष्टि जो छु सो हलौ हलौ सात होई जाछ ॥ ८ ॥

॥ राम ॥
॥ १४ ॥

जसो जसो जती जति सरा सर्वदा अभ्यास गर्छ तति तति तस्मै तस्मै मन को स्थिर ऊदै जाछ वायु को पनी शरिर वचन दृष्टि को पनि तस्मै स्थिर ऊ
दै जाछ ॥ ९ ॥ देवि न्याय दार्थ कन जो नले गरि सत्यात्मा प्रिय ऊन्छ आषाले हेर्या कान ले सुं न्या ना कले सुध न्या मुख ले बो ल न्या हात ले छन्वा यत्नो

कर्मपदी गदै रहन्छ ध्या नगर्न पदार्थ यनी हृदय मा ध्यान गर्दै रहन्छ अद्वैत पद की मनो ज्ञान तव पाया का सयोगी हर को व्यवस्था यत्नै भैरवा को छ ॥ १० ॥
जोन प्रकार ले यस्मात् जस देषी मन स्थिर ऊन्छ तदा तस्मै प्रकार ले तत्र ता हीन था तस्मै गरी तस्मात् तस्मै देषी मन ला इचल मलन कन नदी नु
दा चित्त चल नदियो भन्या मन स्थिर ऊदै न स्थिर न भया पछी चंचल रहन्छ ॥ ११ ॥ जाहा जीहाम न जाछ ताहा जने दिउ न छे कु किन भन्या न छे की या का
मन जो सो आ के क्षय भै शात होई जाछ छे की या को मन ठदै चलन जाछ ॥ १२ ॥ किन भन्या जसै अंकुश न भया को हाति जो छ मन सुवमा फीक काम

पदाय त्रुतथा तत्र स्थिरं भवति मानसं नदा तत्र तथा तस्मात् तत्तुं का लं कदाचन ॥ १३ ॥ यत्र यत्र मनो यांति न निवार्यं तत्तत्र ॥ अवारितं क्षयं
यानि वारं यानि नुर्ध्वने ॥ १४ ॥ यथानिरेकुशो हस्ती कामा आप्य निवर्तते ॥ अवारित मन तद्वत् त्वयं मेव विलियते ॥ १५ ॥ निवाद्यमानाय त्नेन य
त्कालेनैव शक्यं ॥ तत्तिष्ठति क्षरणैव माह तस्य वसादयात् ॥ १६ ॥ इति वायं मनस्तद्व्यावृत्तत्वं न विंदति ॥ विदिते नूपरे तत्वे मनो
नोत्तमं कावचम् ॥ १७ ॥ यथानुलातुलाधारं श्वश्रुला कुरुते स्थिरम् ॥ यांते शौच्यं तदा भ्यासात्मनो हतिस्तदात्मनि ॥ १८ ॥

उगा पुछो आफै फिरे छ तस्मै न छे किया को मन आफै विलय होई जाछ ॥ ३ ॥ कीन मनो लात वडा यत्न ले गरि छे की या को मन काम गर्न सकेन परं नुवा
पुको बस मा जा जप यो जव ता तसै क्षण मा फेरि उठ दछ ॥ ४ ॥ जाह स मत त्व जादै न ताहा स म मन निवारण गर्न सकेन जव ता तत्व जान्या त
व नो तत्व काठ को नाउ जसो पार गर्न ऊन्छ ॥ ५ ॥ जसै सुनार कातरा जु की जिप्रो चंचल भया को जु किले स्थिर गर्छ तस्मै तत्व को अभ्यास
दियु किले न वसुध छ तव मन को वृत्ति पनि आत्मा मा स्थिर होई जाछ ॥ ६ ॥

॥ अ स्त ॥
॥ १५ ॥

जव मनमात्मा स्थिर भयो भन्या जव संपूर्ण मनको भावयुक्तको उत्पन्न हुन्छ फेरि अंत करणको संपूर्ण व्यवस्था यस्तो रहेछ भनि जानिन्छ जव
मानियो त सैक्षणमा आनंदले निवेष्टा भयाको छुट्टी हात पाउ इन्द्रिय संपूर्ण स्थिति लय होइ जाछ ससार व्यवहारले रहित भयाको हुन्छ जव तदा दशा भया भन्या
तव शरीर मारणाको वाक् संपूर्ण लय होइ जाछ त्यो शरीर जीवन भयाको काष्ठ जस्तो हुन्छ फेरि निर्वीत स्थल मारणाको दियो जस्तो भयाको छुट्टो
सहजा नंदस्वरूप मारणाको रहेछ भनि जानिन्छ ॥ ७ ॥ आगो मारणाको सुन संपूर्ण मयल छुट्टी निर्मल भएर रहेछ फेरि वायु नलाग्ना वाउमा रण्यको पानि रुस्ते भ

निष्पन्न अखित भाव शून्य तिसुतस्वान स्थिति तक्षणान्ती श्रेष्ठ श्रुथ पाणि पार करणा ग्रामो निका तेज्जीन निर्मलं प्रविनष्ट मारुत तया नि
र्जिव काष्ठो यमो निर्वीत स्थिर दीप वत्सहजवान् यस्य स्थिते लक्षते ॥ ७ ॥ निक्षिप्रे कनके विहाय कलुष यद्दुष्टं वे निर्मलं निर्वीत स्थित नि
स्तरंग मुदं स्वरूप स्वभाव परं तद्वत्सर्वं विहाय सकलं देदीप्यते निष्कलं तत्त्व तत्सहजं स्वभाव मम जायते मनस्के भव ॥ ८ ॥ मन एव मन
घ्याणो कारणा वध मोक्षयो वंधाय विषया संधि निर्मुक्तौ विषय मन ॥ ९ ॥ मनो दृश्यं मिदं सर्वं यत्किंचित्स चराचरम् मनसा पृ
न्मनि भावे द्वैत भावं प्रकल्पते ॥ १० ॥

॥ मिल्पा को भयापनी स्वच्छ निर्मल होइ जाछ तसै यो उभं न्याम लरुपि व्यवहा
र छोड्या पछी तत्व सो भावैले गरि निर्मल भयाको उत्पन्न भया पछि माण्य नि निश्चल भया का अभन होइ जाछ ॥ ८ ॥ मनुष्य हरु को व
ध मोक्ष का करणा भयाको नाम नै हो किंतु भन्या विषय मा आशक्त भयो भन्या आफै वंध हुन्छ विषय छोड्यो भन्या मन आफै मुक्त हुन्छ ॥ ९ ॥
यो देखिया को जो छ संपूर्ण चराचर मनै को कारणा हो भनि जानिन्छ किंतु भन्या जव तयो मन आफै उन्मि भाव भयो भन्या तव आफै द्वैत भाव का कल्पना छि ॥ १० ॥

॥ राम ॥
॥ १५ ॥

जाहा अम भै उदासि न भै रखाको छ भन्या उस्का शरीर को मल पनि हुन्छ यो शरीर मेरो हो भन्या अभिमान यति रहदै न आफै जाछ अमन क्षरौ मा
यो भयो भन्या काम क्रोधा दीवंधन जो छुनाश होइ जाछ शरीर पनि पुकलो होइ जाछ जस्तै घर को मूल पावो विर्वली यो भयो भन्या घर पनि टल्क
तसै काम नारूपि देह को पावो निर्वलियो भयो भन्या त्यो शरीर यति गन प्राय होइ जाछ ॥ २ ॥ सहजै उत्पन्न भया को जो अमन तस्ते म
नको चिंतारूप कात्या पछि जस्तै डोहन भया को छत्र पुमर्चि छ तसै शरीर पनी मन पुगान भया को मन जनाले आफै पुमचिर रहेछ ॥ ३ ॥ अ

जायमाना मनस्कस्य सुदासि न स्थिति ॥ महुत्तं च परत्वं च शरीरस्याथ जायते ॥ १ ॥ अमनस्के क्षयाशीलाः काम क्रोधा
दीवंधनं नष्टति स्कारांस्तं भेदे होह श्रुथं भवेन ॥ २ ॥ सहज्यना मनस्के न मनशत्य वियोजिते आतप्य ग्रामिवास्तं भं शरीरं शिथि
लायते ॥ ३ ॥ अमनस्कत्वे नित्रे रास मुल न्मलिन्ये कृते अंत करणा समूहानु सुखि संजायते मुनि ॥ ४ ॥ कदलिव महा माया स
मनस्केन्द्रिय सदा अमनस्क फलं दत्वा सर्वं थैव विनश्यति ॥ ५ ॥ इन्द्रिय ग्राह्य दयोनिश्चासो च्छा संयक्षयो सच्छीन
योर्मनो धि स्थिर संतावसीदति ॥ ६ ॥

अमन नरूपि धं निले गरि जंत कारा काजति काटा काकोट छ न यो दाजरा को छे
उपनि न राषि कन सबै मूल फाल्या प्रांत तिसुनि सुखी हुन्छ ॥ ४ ॥ मेह माया जो छु कस्तो भन्या के राका वोट जति भया को हुन्छ निरुफ
ल दिया पछि ताहा होइ जाछ तसै त्यो पुरुष लाइ पनि अमन रूपि फल दिये ये आफै मन पनि नाश होइ जाछ ॥ ५ ॥ इन्द्रिय खरु विअने फया
उभया कि स्वासा उच्छास इवै पषे भया किय सो मन रूपि पक्षिका पुया पषे दाना शगुर् अमन भइ जो छ सो हलन चलन न चल भया को सज

स्थिति मेरो के छ उभास नो भै रहेछ ॥ ६ ॥

॥ अस्क ॥
॥ १६ ॥

स्वासरूपि सुतधा गालेनेत्याकाइन्द्रियरूपि जालकाधरभयाको यलोमनरूपि जालकनफार्या तो ५ रूपी छ सो जालवाट उज्या कामा खोजतो वडुनै आनंद का सु
खीमार हन्छ ॥ ७ ॥ बुद्धिन्द्रिय — तिइवैले युक्तभयाको मवता समासवारभया कानरूपि शत्रुक तवलात्कारले काटन सकन्या पुरुष सुषि भेर हन्छ ॥ ८ ॥ तिनका
तिनै गाले युक्तभयाको अतिविलियो आत्माका वधगन्या ॥ डोरिकान अमनरूपि छुटाका वाडले गरिछे दनगया प्रातमोक्ष आफै ऊन्छ ॥ ९ ॥
जसै संपूर्ण दृष्टि वि माफै लाइरह्या को जाल कि स्यावै चेर श्री सूर्य असंख्य नून सै संपूर्ण इन्द्रिय का जाल पनि अमनमा विलय होइ जाछ ॥

ततो भ्यासं नियोगेन निरातुं वी भवे प्रदि ॥ तदा सरसि भूतानि परमानंदयेव स ॥ ७ ॥ अभ्यस्यतो मन पूर्वविश्रिष्टं चलमुच्यते ॥ ततश्च वि
श्रलं किंचित् सानंदं च गतागतं ॥ ८ ॥ सानंदं निश्चलं चेतनं तत सुश्रिष्टं मुच्यते ॥ अतीव निश्चलं भूतं सानंदं च मुलिकम् ॥ ९ ॥ यथा स हि
युते सर्वमस्मिन् गच्छति भास्करे ॥ कर्जालं तथा सर्वं समनस्कं विलीयते ॥ १० ॥ इन्द्रियाग्राहनिर्मुक्तं निर्वीजं निर्मलं मनो ॥ अमन
स्कं हृदे स्नातं पराश्रितं सुपासितं ॥ ११ ॥ इत्युक्तं मे तत्सहजं मनस्कं शिष्यप्रबोधाय शिवेन साक्षात् ॥ नित्यं नूनं निश्चलं प्रपंचा
चामवाचं स्वयमेव बोध्यम् ॥ २ ॥

॥ १० ॥ इन्द्रियरूपि ग्रहादिजो जल चर उ छ ले रहित भयाको निर्मल मोक्षरूपि पाति जल भयाको
अमनरूपि तलाव मा रमराग न्या हरूप र म श्रेष्ठ अमृत कान पि उ द छ न ॥ १ ॥ शिष्य जो वा म देव भक्ति कन कुलाया को साक्षात् शिचैले यस्ता प्र
कारले कछा को हो कस्तो भन्या सहज भयाको नित्य कलकन भयाको प्रपंच रहित मन वचन ले भनिन सकु आफै ले मात्र वुरुन्या शिष्य कन कछा
को हो ॥ २ ॥ जब चित्र मन च चल भयो भन्या तव संसार मा मनुष्य लाइ आवनु जानु पर्द छ चित्त स्थिर भयो भन्या मोक्ष हुन्छ तस्कारणा उदासि
न मराध्यै र चित्तै लाइ स्थिर गगर्नु ॥ ३ ॥ यो मन कसो छ भन्या चार प्रकार का अवस्था छ भनी जानु विश्रिष्ट १ गतागत २ सुश्रिष्ट ३ स्

॥ राम ॥
॥ १६ ॥

लीन ४ इने मन का चार अवस्था कहियो ॥ ४ ॥ विश्रिष्ट भयाको तामस अवस्था हो गतागत भन्या को राजसी अवस्था हो सूश्रिष्ट भन्या को सात्विक अ
वस्था हो सलीन भन्या को योगि नै गाले रहित भन्याको भनी जानु ॥ ५ ॥ चार प्रकार का अवस्था मा वीश्रिष्ट र गतागत तिइवै जो छ सो विकल्प र
विषय इवै लाइ इवै को य ह न र्द छ न सुश्रिष्ट र स्तुति न र्द वै जे छ सो ता विकल्प र विषय को नाश ग न्या हो भनि जानु ॥ ६ ॥ तसो कारणा ता
हा अभ्यास का युक्ति ले निराले व भयो भन्या त सै समय मा समर्थ भया का जो छ सो परमानंद होइ जा छ ॥ ७ ॥ यैले अभ्यास काल मा

चित्त चलति शं सारे चले मोक्ष प्रजायते ॥ तस्मात् चित्तं स्थिरं कुर्यात् दोहासि न्य परायणा ॥ ३ ॥ चतुर्विधामनोवस्था विज्ञातव्या निमीभि
विश्रिष्टं च गतायां च संश्रिष्टं च सुलीनकं ॥ ४ ॥ विश्रिष्टं तामसं प्रोक्ते राजसं च गतागतं सुश्रिष्टं सात्विकं प्रोक्तं सलिनं ग्राव
र्जितं ॥ ५ ॥ विश्रिष्टं च गतायां च विकल्पविषयग्रहं सुश्रिष्टं वस्तुलिनं च विकल्पविषयाग्रहं ॥ ६ ॥ ततो भ्यासं नियोगेन निरा
लेवो भवे प्रदि ॥ तदा सरसि भूतानि परमानंदयेव स ॥ ७ ॥ अभ्यस्यतो मन पूर्वविश्रिष्टं चलमुच्यते ॥ ततश्च निश्चलं किंचित् स
नंदं च गतागतं ॥ ८ ॥ सानंदं निश्चलं चेतनं तत सुश्रिष्टं मुच्यते ॥ अतीव निश्चलं भूतं सानंदं च मुलीनकम् ॥ ९ ॥

न जो छ विश्रिष्ट नाम भयाको तामस ऊंछता हा देखि प्रांत को हि निश्चल भयाको गतागत नाग भयाको किंचित आनंद ऊंछै जा छ ॥ ८ ॥ आ
फै मा आनंद निश्चल भयाको जो छ सो सुश्रिष्ट भनि जानु फेरि अति विश्रल चित्र भयाको आनंद वार वार ऊंछ्या स्तुति न नाम भ
याको हो भनि जानु ॥ ९ ॥ यस्ता तरह का कर्म ले गरि पाप पुन्य इवै क्षय होइ जा छ पुन पाप न भया काले केहि ग्यापनी जस्को भोग गर्नु पर्दैन

॥ अ.स्क. ॥
॥ १७ ॥

निजान ॥ १०० ॥ अनिवडो भयाकोसहजानंदतलेयुक्तभयाकोसदासर्वदा अभ्यासमासभावैलेरतभयाकोसर्वसंकल्पछोयाकोयस्ताविद्वान्मलेसकलम
छोडनुभनीभेदु ॥ १ ॥ जोनानातरहकाविद्याशास्त्रार्थज्ञान्याविद्वानपरीतहाउछपरनुसकलशास्त्रकोरसरुयआत्मतत्त्वतानिजानेनन क
स्केभन्या जस्तेदविलिजोछअनेकरसमाचारवारपुस्योछदोयोदसयस्तोछभनीजानेनरसतामान्यालेमात्रजोनरु ॥ २ ॥ संसारिक
र्ममायुक्तभेकन मवल्लहानिजुभनीजंहेकारगर्न्या कर्मवल्लडवैदेधीभयभयाको तयस्तालाहचरागलैहोभनिजानु ॥ ३ ॥ हामितव

वभूतस्य कर्माणि पुण्यपुण्यसंक्षयम् ॥ प्रयोतिनैव लिप्यंति क्रियमानाणि राधुमा ॥ १०१ ॥ उतंगसहजानंदसदाभ्यासस्तास्व
यं ॥ सर्वसंकल्पसंत्यक्तासविद्वान्कर्मसंन्यजेत् ॥ १ ॥ येजुविद्यार्थविज्ञानिविद्वान्शक्तिकिर्तिता ॥ आत्मातत्त्वज्ञानतिदेर्विपाकार
संयथा ॥ २ ॥ संसारिकक्रियायुक्तवल्लोहस्मितिवादिकं कर्मवल्लोहयभ्रष्टेनेन्यजेदेत्यजेत्यथा ॥ ३ ॥ हरफवृथादेविपरित्यक्त
कर्मकाराविनैडिति ॥ पायरागघटीतामन्याने किंमपिज्ञानते ॥ ४ ॥ नकर्माणि तजयोगीकर्मभिरुपन्यतेसो ॥ कर्मणोमू
लभूतस्यसंकल्पस्येवताज्ञात ॥ ५ ॥ यदायदासदाभ्यासासंकल्पविलयोभवेत् ॥ योगीनोभवति श्रेयान्कर्मत्यागजरातदा ॥ ६ ॥

ज्ञानछोभनीअभिगानलेठगीयाकाकर्मछोइत्याअनकरामामलिनमलायायगिउत्तीभयाकाहरुसंगकोहिछेनभनिजान ॥ ४ ॥ त
स्मानयोगीहरुलेकर्मछोडीदियाप्रान्त कर्मकोमूलमिनेछोडनु योगीलाइकर्मआफैछोडछोडछु कर्मकीनछोडनुभनीलात कर्मकोमूलभ
याकोसकात्यनालयऊदेजालाजवसंकल्पनाकोसमगर्ननिमित्तकर्मकोअधिनाशगर्नु ॥ ५ ॥ जाहाजाहजतिजति संकल्पनालयऊदेजालाज

॥ राम ॥
॥ १७ ॥

वसंकल्पकोनाशभयोभन्या योगीलाइकल्याणऊछुआत्माकल्याणनिमित्तततिनति कर्मत्यागर्त ॥ ५ ॥ हेमुने योशास्त्रकस्तालाइदिनुभन्या
अनिदामभयाकोकामोक्षकोइछभयाकावारवारभ्रडालेयुक्तभयाकाशिष्यकनयोशास्त्रदिनुअरुलाइनदिभु ॥ ७ ॥ योशास्त्रकस्तोछभ
नोलान मोक्षकोइछागर्न्यालेसदासर्वदाअभ्यासगदेरहुनु अभ्यासगर्ननिमित्तआत्मातत्त्वप्रकाशऊछुयस्यासंदेहछेन ॥ ८ ॥ यस्ता
अभ्यासगर्नेपुरुषलाइनदिनमाजागेरहुनु नरातमासुतिरहुनरातकादिनकाजवसरजमासुतिजानुयोगीलाइयेसवातको

दातानो कुशलानोच सतेत मोक्षमिच्छताम् ॥ भ्रष्टावन्ता सुशिष्याणां शास्त्रमेतत्प्रकाशयत् ॥ ७ ॥ शास्त्रमेतत्प्रवेत्तेन
सदाभ्यासेमुमुक्षुभियस्यधारणमात्रेण स्वयेतत्प्रकाशते ॥ ८ ॥ नदिनाजागरितयस्वयितवानैवरात्री भागेपिराजावे
रिचसहजेस्वपितययोगिनानित्यं ॥ ९ ॥ निर्मलसहजस्थितपुरुषेन दिवा रात्रीशब्देस्तिजागरणशब्देन वर्जितं चीत्मात्रा
दं स्थानात् ॥ १० ॥ ओंकारे किं विधे किंचित्रकरणं प्रीयश्च वा योजयत्ते जश्चितनमंतरालकमलेष्टं न्यावरात्तैवलम् त्याक्तास
वमिदं करो न रवरं मत्वा मातो विभ्रमेदेहांतेनमवाच्यमेकममस्कत्वेवैष्टेयेवेताम् ॥ ११ ॥

नियमचाहिदेन ॥ ११ ॥ निर्मलसहजानंदमारहाकापुरुषलाइदिनरातभेन्याडवैभेदरहदेनजागरनशयनदेषिवर्जितभयाको
ऊछु चित्प्रकाशमामात्रआनेरभैरहनुभनिजानु ॥ १० ॥ ॐ कारादिगारिनानातरह कामतलविचित्रगर्नलेवायूआफैस्थिऊं
छुत्योस्थिरभयायछित्येजोत्यतिऊछतेजरवायूकोअंतरालकमलजोछभन्यअम्वरपदकहिछयो कहियाकोसवैमारहे

॥ अस्क ॥
॥ १८ ॥

छभनीजानिप्रतिमानितानाभ्रमछेडीदेहदेविभिन्नअवाच्यएकैभावभयाकोयस्तोअमनस्कस्वरूपिअंवरपदजजकनजोन्हाउछि
मानलेसेवागुर्नु ॥ १ ॥ अन्यजन्मेति ॥ योअभ्यासकसोगरिहोलाभया ॥ अनेकजन्मकाअभ्यासगनीलेयोस्वयंतत्वप्रकाशइन्द्रकसोग
रिप्रकाशइन्द्रभनौला ॥ हेसमर्थसुतेरउठदाइदीपेकजुगनिन्दछन्तैपनीआफलेहिजोगयाको ॥ काजजाग्यापाछिआफे ॥

अन्यजन्मकृतासास्वयंतत्वं प्रकाशयते ॥ सुप्रोत्थितप्रत्ययेसुपदेशाद्विनाप्रद्यते ॥ २ ॥
भुद्धाभ्यासस्यज्ञानस्यसदेवगुरुसेवया ॥ गुरुप्रशादान्नैवतत्त्वज्ञानेभक्त्यति ॥ ११३ ॥
इतिश्रीहृदयामदेवसम्वादेअमनस्कयोगशास्त्रे ॥ स्वात्मबोधनाद्विनियसंग ॥ २ ॥

यादइन्द्रतलेशनैशनैप्रकाशइन्द्रैमांछ ॥ ११२ ॥ कसालाइप्रकाशइन्द्रभनौलातहेवामदेवमुनिजोनाश्रद्धालेयक्रमैअभ्यासभया
कोज्ञानस्वभावभयाकासदागुरुकोसेवागर्न्यायस्ताज्ञानिकनउनैगुरुकाप्रशादलेगरिशाक्षाकैकस्यमुक्तिकोकारणभयाकोतत्वज्ञानप्र
काशइन्द्रभनीजान ॥ ११३ ॥ इतिश्रीअमनस्कभाषाद्वितियो ॥ २ ॥ ॥ भुभंम् ॥ ॥ छे ॥ ॥ छे ॥ ॥ छे ॥

॥ राम ॥
॥ १८ ॥

आशा मारुकाधि
2334 ८
ASHA ARCHIVES